

Análisis de mercado de trabajo: datos paro, afiliación y contratación de mayo de 2026

El récord de afiliación de mayo exige prudencia: *“La clave no es el nivel alcanzado, sino la capacidad de sostenerlo tras el verano”*

- The Adecco Group Institute analiza los datos de paro, afiliación y contratación correspondientes al mes de mayo de 2026 y adelanta previsiones para este mes de junio.
- El mercado laboral español supera por primera vez los 22,3 millones de afiliados a la Seguridad Social, tras sumar 231.975 ocupados en el mes, el segundo mejor registro de mayo de toda la serie histórica.
- El paro baja en 36.323 personas y se sitúa en 2.320.721 desempleados, el nivel más bajo para este mes desde 2007.
- The Adecco Group Institute advierte de que mayo es tradicionalmente uno de los meses más positivos para el empleo por el arranque de la campaña turística y agrícola, por lo que el dato es sólido, pero en parte “esperado”.
- La temporalidad cae hasta el 11,8%, frente al 31,1% de 2018, aunque The Adecco Group Institute señala que la mejora de la calidad del empleo supone un avance real, pero mantiene matices vinculados al peso de los fijos discontinuos, la rotación y la parcialidad en servicios.
- De cara a junio, se prevé que el mercado laboral mantenga la evolución favorable propia del inicio pleno de la temporada turística. El escenario base apunta a un incremento mensual de afiliación de entre 180.000 y 220.000 personas, con un nivel total cercano o superior a los 22,5 millones de afiliados.
- En desempleo, la previsión apunta a un descenso adicional de entre 40.000 y 60.000 personas, con un nivel total en torno a los 2,25 y 2,28 millones de parados. Los factores clave serán el inicio pleno de la temporada alta turística, el refuerzo en hostelería, comercio y transporte y la continuidad de la contratación estacional

Madrid, 2 de junio de 2026- El mercado laboral español volvió a marcar un máximo histórico en mayo, al superar por primera vez los **22,3 millones de afiliados a la Seguridad Social**, tras sumar **231.975 ocupados** en el mes. Se trata del segundo mejor registro de mayo de toda la serie histórica. En paralelo, el paro registrado descendió en **36.323 personas, un 1,54% menos, hasta situarse en 2.320.721 desempleados**, su nivel más bajo en un mes de mayo desde 2007.

Más allá del dato mensual, la afiliación ajustada de estacionalidad refleja una tendencia estructural robusta, con **64 meses consecutivos de creación de empleo y 22,1 millones de afiliados desestacionalizados**. Además, entre el 25 y el 28 de mayo los registros diarios superaron los **22,4 millones de afiliados**, con un máximo histórico de **22.410.242 ocupados** el día 28.



THE ADECCO GROUP

Carlos Arcas, director de The Adecco Group Institute, subraya que **“los datos de mayo confirman un buen momento del empleo, pero también revelan límites estructurales y señales de enfriamiento que conviene no obviar”**. En su valoración, el dato de mayo **“es excelente en términos cuantitativos, pero su lectura estratégica exige prudencia”**, ya que el impulso del mes responde en buena parte al inicio de la campaña turística y agrícola.

Un récord de afiliación con fuerte componente estacional

Los datos de afiliación confirman un avance significativo del empleo, aunque Carlos Arcas, director de The Adecco Group Institute, llama a interpretar el dato con cautela. **“Mayo es tradicionalmente uno de los meses más positivos para el empleo por el arranque de la campaña turística y agrícola. El incremento de casi 232.000 afiliados es muy elevado, pero no completamente extrapolable a otros meses del año. El dato es sólido, pero en parte ‘esperado’. La clave no es el nivel alcanzado, sino la capacidad de sostenerlo tras el verano”**, explica.

En términos interanuales, el empleo crece un **2,54%**, el mayor avance en dos años. Sin embargo, si se observa el ciclo completo, **el empleo ha entrado en una fase de crecimiento más moderado** tras el rebote postpandemia. Por lo tanto, **se consolida un escenario de normalización, no de expansión acelerada**.

Más estabilidad, aunque con matices sobre la calidad real del empleo

Uno de los elementos más relevantes del actual ciclo laboral es **la mejora en la estabilidad**. Desde **2018** se han sumado **5,7 millones** de trabajadores indefinidos, mientras que el empleo temporal se ha reducido en **2,36 millones**. La tasa de temporalidad se sitúa en el **11,8%**, frente al **31,1%** registrado en **2018**.

La reducción de la temporalidad es especialmente significativa entre los jóvenes, donde cae del **54,4%** al **18,9%**, y entre los mayores de **55 años**, donde pasa del **21%** al **9,1%**. En este punto, **la caída de la temporalidad hasta el 11,8% y el fuerte aumento del empleo indefinido marcan un cambio estructural relevante**.

Por su parte, Carlos Arcas introduce matices sobre la calidad real del empleo creado. **“Parte del empleo indefinido es fijo discontinuo, con menor estabilidad efectiva anual. Además, aún persiste un uso intensivo de la rotación y parcialidad en servicios”**. Esta lectura obliga a diferenciar entre estabilidad contractual y continuidad efectiva del empleo, especialmente en aquellas actividades con mayor peso estacional.

Durante mayo se registraron **1.323.719** contratos, de los cuales **572.061 fueron indefinidos**, lo que representa el **43,22%** del total. El dato consolida el cambio en la estructura contractual del mercado laboral, aunque **el peso creciente de los contratos fijos discontinuos puede reducir el paro registrado sin garantizar empleo continuo durante todo el año**.

Mujeres, jóvenes y talento internacional sostienen el crecimiento

El empleo femenino continúa con un peso creciente en el mercado laboral. En mayo se alcanzaron **10.599.305** mujeres afiliadas, cerca del **47,5%** del total, el nivel más alto registrado. En el último año, el empleo femenino aumentó en **271.290** personas, con un crecimiento superior al masculino y una mejora acumulada desde **2018** del **20,8%**, frente al **15,7%** en el caso de los hombres.

El mercado laboral español también muestra una mayor presencia de talento internacional. Los trabajadores extranjeros alcanzan los **3,36 millones**, tras crecer en **288.717** en el último año, y suponen ya el **15%** del total de afiliados. Por su parte, el colectivo de autónomos se situó en **3.460.443** afiliados, con un incremento interanual del **1,3%**, con especial crecimiento en sectores tecnológicos, energéticos e inmobiliarios.

Según la lectura de The Adecco Group Institute, **“el crecimiento del empleo femenino y de trabajadores extranjeros es una de las mejores señales de los datos de hoy. Este comportamiento refleja un mercado más inclusivo y dinámico, aunque también evidencia una dependencia creciente de sectores intensivos en mano de obra, como hostelería, agricultura y cuidados”**.



THE ADECCO GROUP

El crecimiento del empleo es especialmente intenso en los extremos de edad. Los mayores de **55 años** alcanzan los **4,9 millones** de ocupados, con un incremento del **52,8%** desde **2018**, mientras que los menores de **30 años** llegan a **3,6 millones**, un **33,2%** más. Ambos colectivos crecen por encima del promedio, situado en el **18,1%**, lo que confirma una **mejora inclusiva del mercado laboral, aunque vinculada todavía a sectores con distinta capacidad de productividad y estabilidad**.

Avance en paro femenino y juvenil, con retos pendientes

El desempleo desciende tanto entre mujeres como entre hombres. En el caso de las mujeres, baja en **20.316** personas, hasta **1.404.110** desempleadas, su nivel más bajo en un mes de mayo desde **2008**. Entre los hombres, el paro se reduce en **16.007** personas, hasta **916.611** desempleados.

En comparación con el año anterior, el paro femenino cae en **82.311** personas, un **5,54%** menos, mientras que el masculino lo hace en **51.851** personas, un **5,35%** menos. A este respecto, **el descenso es mayor entre mujeres, que marcan mínimos desde 2008. Aun así, las mujeres siguen representando más del 60% del paro total**.

El paro juvenil también registra un dato especialmente significativo. Entre los menores de **25 años** se reduce en **4.738** personas, un **2,79%** menos, hasta **164.955** desempleados. **Es la primera vez que esta cifra baja de los 165.000 en un mes de mayo, lo que supone un hito en la evolución reciente del mercado laboral juvenil**.

Junio mantendrá previsiblemente la inercia positiva

De cara a junio, se prevé que el mercado laboral mantenga la evolución favorable propia del inicio pleno de la temporada turística. **El escenario base apunta a un incremento mensual de afiliación de entre 180.000 y 220.000 personas, con un nivel total cercano o superior a los 22,5 millones de afiliados**.

En desempleo, la previsión apunta a un descenso adicional de entre 40.000 y 60.000 personas, con un nivel total en torno a los 2,25 y 2,28 millones de parados. Los factores clave serán el inicio pleno de la temporada alta turística, el refuerzo en hostelería, comercio y transporte y la continuidad de la contratación estacional.

Como conclusión, Carlos Arcas detalla que **“España mantiene un mercado laboral dinámico en fases expansivas, pero aún debe avanzar hacia un modelo más estable, menos estacional y capaz de reducir de forma sostenida el desempleo estructural”**.

¿Qué es The Adecco Group Institute?

The Adecco Group Institute es el centro de estudios y divulgación de The Adecco Group. Tiene como fin ser una entidad referente en la sociedad española en materia de investigación y difusión de conocimientos relacionados con 5 pilares como son el empleo y las relaciones laborales, la salud y la prevención, la diversidad y la inclusión, el futuro del trabajo y la tecnología, y el talento y la formación.

The Adecco Group Institute nace con la vocación de convertirse en un espacio de referencia común gracias al análisis del mercado de trabajo, ofreciendo contenido de calidad sin olvidar uno de los aspectos más importantes de nuestro día a día: el real time content, contenido en tiempo real sobre empleo y mercado de trabajo, adaptándose así a los nuevos tiempos y su inmediatez. Todo ello, acompañado de la experiencia y el conocimiento de una empresa líder en el sector de los Recursos Humanos como es Adecco, presente en el mercado laboral español desde hace



THE ADECCO GROUP

más de 35 años. Si quieres más información sobre The Adecco Group Institute visita la página web: <https://www.adeccoinstitute.es/>

Para cualquier aclaración no dudéis en poneros en contacto con nosotros:

Luis Perdiguero / Patricia Herencias

Dpto. Comunicación del Grupo Adecco

Tlf: 91.432.56.00

luis.perdiguero@adeccogroup.com

patricia.herencias@adeccogroup.com

 [The Adecco Group](#)

Ainhoa de la Hera / Pablo Parrilla

Trescom Comunicación

Tlf: 646 805 435

pablo.parrilla@trescom.es

ainhoa.delahera@trescom.es